

Algunas personas que reciben radiación en la cabeza presentan enrojecimiento, irritación y sequedad en la boca, dificultad para tragar, cambios en el sabor de los alimentos, náuseas, pérdida del sentido del gusto, dolor de oído (causados por el endurecimiento de la cera dentro de la oreja) e inflamación de la piel debajo de la barbilla debido a la inclinación. Allí se puede presentar cambios en la textura superficial.

También pueden sentir su mandíbula tiesa y que no puede abrir la boca tanto como lo hacía antes de su tratamiento. Ejercite la mandíbula para ayudarle a este problema. Informe cualquier efecto colateral a su médico o enfermera y pregunte qué debe hacer específicamente.

Si recibe radioterapia en la cabeza debe tener especial cuidado con sus dientes, encías, boca y garganta. El efecto secundario del tratamiento en esta área involucra con mayor frecuencia la boca, causando dolor y sequedad.

Caída del cabello

La caída del cabello se presenta solo en el área que se va a irradiar, este efecto de la radioterapia daña las células de rápido crecimiento como las de los folículos pilosos.

Autocuidado

- Use champú suave, para bebés.
- Seque el cabello con una toalla realizando toques suaves, no frotar.
- Evite el uso de productos fuertes para el cabello como tintes, cremas alisadoras, gel, planchas alisadoras, cepillados.
- Evite el sol directo, el cuero cabelludo se vuelve más sensible al calor o al frío, cúbrase la cabeza con sombrero, pañoleta, turbante, evite lugares con temperaturas extremas.

Alteraciones de la boca y la garganta

La radioterapia en cabeza y cuello puede incrementar la caries. El cuidado de su boca es fundamental como prevención durante su tratamiento. Antes de empezar la radioterapia, notifique a su odontólogo y hágase una revisión oral completa. Solicite a su odontólogo que consulte con su oncólogo radioterápico sobre cualquier trabajo dental adicional que usted requiera antes de iniciar su tratamiento y también al finalizar este.

La mucosa que cubre la boca y la garganta es muy susceptible a los efectos de la radiación y provoca alteraciones que, aunque no son graves pueden ser muy molestas y pueden aparecer pasados una o dos semanas de tratamiento.

En la segunda o tercera semana de radioterapia puede sentir amargura en su boca o garganta, con probabilidad de disminución a la quinta semana o molestias al tragar por la resequedad en la boca.

- **Mucositis:** las alteraciones de la mucosa inician con enrojecimiento y según el aumento de la dosis recibida, comienzan a aparecer pequeñas heridas o ulceraciones muy molestas que pueden infectarse y requerir manejo médico y descanso en el tratamiento.
- **Alteraciones dentales:** antes de iniciar el tratamiento consulte con el odontólogo para una revisión completa de sus piezas dentales, porque pueden surgir complicaciones serias como infecciones o incluso necrosis óseas.
- **Pérdida del gusto:** durante el tratamiento es frecuente la pérdida del gusto o aparición de sabor metálico en la boca, por efecto de la radiación sobre las papilas gustativas.
- **Disfagia:** dificultad para deglutir o tragar, por la inflamación y aumento de la sensibilidad de las paredes de la garganta.
- **Alteración de las glándulas salivales:** la radiación afecta las células que forman dichas glándulas, por lo cual disminuye la cantidad y calidad de la saliva segregada.

Autocuidado

- Beba pequeñas cantidades de agua y bebidas refrescantes varias veces al día por sorbos.
- Cuando inicie tratamiento de radioterapia tome una cucharada de miel antes de la sesión y otra después (si es diabético absténgase de realizarlo).
- Al comer lleve a la boca pequeñas cantidades de alimento, después de cada bocado pase un sorbo de líquido para facilitar la deglución.
- Evite alimentos secos como verduras crudas, galletas saladas, frutos secos como nueces, almendras, frutas ácidas, bebidas alcohólicas, masticar tabaco, estos productos pueden empeorar las molestias.
- Evite comida muy condimentada, ácida, picante, de texturas secas y ásperas.
- Divida la comida en porciones pequeñas durante el día (5 o 6 porciones), como alimentos húmedos y suaves como carne molida, arroz, huevos revueltos, puré, cremas, coladas, helados; pruebe nuevas recetas. Tome los alimentos de su agrado en el momento que desee, sin esperar los horarios establecidos.
- Tome los alimentos a temperatura ambiente (no muy calientes ni muy fríos).
- Para comer, siéntese derecho y doble la cabeza un poco hacia adelante, quédese sentado o de pie al menos 30 min después de comer para disminuir la sensibilidad.
- Evite enjuagues bucales comerciales que tengan alcohol. Enjuague su boca con agua fresca o con una solución de bicarbonato (una cucharada de bicarbonato en un litro de agua) después de cepillarse con un cepillo de cerdas suaves después de cada comida.
- Si tiene dentadura postiza, esta puede ocasionar lesiones en la mucosa de la boca durante el tratamiento, úsela solo si es necesario (comer o salir a la calle) lave la dentadura postiza por lo menos tres veces al día y no olvide reportar la existencia de la prótesis dental en el momento en el que sea citado para simular.

Informe oportunamente a su médico y al personal del servicio cualquier signo de síntoma presentado.

Unidad de Radioterapia

Teléfono: (602) 3319090. Ext:3471 – 4074